

◆◆◆ 실천교양교육과정 ◆◆◆

1. 교육목표

POSTECH 실천교양교육과정(Activity-Based General Education Curriculum: ABC)은 전공과 인문사회교육에서 부족할 수 있는 인문/사회 교양, 문화/예술 교양, 스포츠, 리더십개발 측면에서의 실천적 역량 증진에 대해 학생 스스로의 동기 모색 기회를 제공함으로써 전인교육 실현에 기여함을 목표로 한다.

2. 교과과정 개요

POSTECH 실천교양교육과정은 학생들의 주체적인 참여와 능동적인 활동을 통해 지성과 감성 및 인성을 조화롭게 갖춘 창의적인 인재를 양성하기 위해 교과과정을 기획, 개설, 운영하고 있다.

3. 교과목 일람표

이수구분	분야	학수번호	교과목명	강의-실습-단위	비고	
필수 (2units)		ABCR101	대학생활과 미래설계	1-2-2		
	인문/사회 교양	ABCH211	학생주도세미나	0-2-1		
ABCH212		책 읽는 포스테키안	0-2-1			
ABCH213		특강	1-0-1	연속실천교양		
ABCH214		지역융합탐방	0-2-1			
ABCH215		국토기행	0-2-1			
ABCH216		학습기술	1-1-1			
ABCH217		책 읽기와 삶	1-1-1			
문화/예술 교양		ABCC201	문화 콜로кви움	1-1-1		
		ABCC211	창작활동	0-2-1		
		ABCC221	오케스트라 공연	0-3-1		
		ABCC222	실내악 연주	0-2-1		
		ABCC223	사물놀이	0-2-1		
		ABCC241	조각	0-2-1		
		ABCC242	판화	0-2-1		
		ABCC251	다큐멘터리 제작	0-2-1		
		ABCC252	난타	1-1-1		
		ABCC253	지휘	1-1-1		
스포츠		일반	ABCC261	볼링	0-2-1	
			ABCC262	윈드서핑	0-2-1	
	ABCC263		암벽등반	0-2-1		
	ABCC264		수상스키	0-2-1		
	ABCC265		스노우보드	0-2-1		
	ABCC266		에어로빅 댄스	0-2-1		
	ABCC267		코어 트레이닝	0-2-1		
	ABCC268		모던댄스	0-2-1		
	ABCC269		호신술	0-2-1		
	심화	ABCC271	스키(중급)	0-2-1		
		ABCC281	탁구(고급)	0-2-1		
		ABCC282	볼링(고급)	0-2-1		
		ABCC283	배드민턴(고급)	0-2-1		
		ABCC284	테니스(고급)	0-2-1		
		ABCC285	수영(고급)	0-2-1		

선택
(5units)

3. 교과목 일람표

이수구분	분야	학수번호	교과목명	강의-실습-단위	비고
		ABCC286	검도(고급)	0-2-1	
		ABCC287	댄스(고급)	0-2-1	
		ABCC288	골프(고급)	0-2-1	
		ABCC289	라켓볼(고급)	0-2-1	
		ABCC290	체력관리(고급)	0-2-1	
		ABCC291	스키(고급)	0-2-1	
		ABCC292	농구(고급)	0-2-1	
	리더십 계발	ABCL210	자원봉사	0-2-1	
		ABCL213	리더십계발단체교육(G.A.)	0-4-2	
		ABCL214	진로탐색	1-1-1	
		ABCL215	인간관계와 리더십	0-2-1	
		ABCL216	자치단체활동 리더십	0-2-1	
		ABCL217	인턴십	0-4-1	
		ABCL218	나의 리더십 스타일	1-1-1	
		ABCL219	멘토십 프로그램	0-2-1	
		ABCL220	응급처치 및 안전관리	1-1-1	
		ABCL221	팀워크 리더십 액티비티	1-1-1	
		ABCL222	신입생세미나	0-2-1	

- ① 실천교양교육과정 교과목은 S/U로 평가함.
- ② 강의-실습-단위는 과목의 성격에 따라 주당 강의 및 실습 시간이 다양한 형태로 이루어질 수 있음.
- ③ 실천교양교육과정 개설과목은 학칙 제 31조 [학기당 신청학점]에는 포함되지 않음.
- ④ [문화홀로퀴움/신입생세미나/인턴십/자원봉사]
 - 최대 2회까지 수강 가능하며 최대 2Units까지 부여함.
 - 3회 이상 수강할 경우, 재수강 처리되어 앞서 수강한 최초 과목부터 삭제됨.
- ⑤ [신입생세미나]
 - 실천교양 필수에서 실천교양 선택으로 전환되었으며, 2014학번까지는 실천교양 필수로 반드시 이수하여야 하며, 변경된 이수기준은 2015학번부터 적용하기로 함.
- ⑥ [스포츠 과목]
 - 일반과정 및 심화과정에서 각각 1unit 수강 가능하며, 중복수강 불가함.
 - 심화과정 스포츠 교과목 기 수강생은 인문사회학부 기초필수 교과목 중 동일 종목의 일반 체육 교과목과 실천교양교육과정 일반과정 스포츠 교과목 중 동일 종목의 체육 교과를 수강할 수 없음.
- ⑦ [특강]
 - 두 학기 이상에 걸쳐서 성적이 완료되는 연속실천교양 교과목이므로, 이수 요건(8회 참석/ 1Unit 학점 부여)이 충족된 시점의 학기말에 S/U 평가를 부여함.
 - 수강생은 POVIS [연속실천교양 신청]에서 최초에 한번만 수강 신청 해야 함.
 - 최초 수강 신청 후 [연속실천교양 신청]에서 '특강' 교과목을 삭제할 경우, 참석한 횟수도 모두 삭제되므로 유의하여야 함.
 - 휴학 시에도 [연속실천교양 신청]에 '특강' 수강신청 상태를 유지하여야 휴학 전에 참석한 횟수가 복학 후에 그대로 유지됨.
- ⑧ 대학원생 및 2011학번 이전 학사과정 재학생은 교과목 담당교수가 승인하는 경우 실천교양교육과정 개설과목을 별도의 수강신청 없이 청강할 수 있음.

4. 교과목 개요

【실천 교양 필수】

ABCR 101 대학생활과 미래설계 (Future Planning for College Life) ······ (1-2-2)
 신입생들의 성공적인 대학생활 적응 및 인생설계를 돕기 위해 다양한 프로그램으로 진행된다. 자신의 대학생활 및 인생 목표를 구체적으로 세워갈 수 있도록 지도하며 체계적인 대학생활 설계와 실천을 돕는다.

【실천 교양 선택】

【인문/사회교양】

ABCH 211 학생주도세미나 (Self-Designed Seminar) ······ (0-2-1)
 본 교과는 자신의 전공이 아닌 타 전공, 인문, 사회과학, 예술 등 다양한 분야에서 창의적인 연구주제를 스스로 선정하여 학생 3~5인이 팀을 이루어 한 학기 동안 정기적인 세미나를 통해 학습 성과를 도출한다.

ABCH 212 책 읽는 포스테키안 (Postechian Reader's Room) ······ (0-2-1)
 본 교과는 학생들로 하여금 책 읽는 것의 즐거움, 필요성, 가치 등을 깨닫게 하고, 나아가 평생 독서 습관을 갖게 하는 것을 목적으로 한다. 수강신청자는 '포스텍 추천도서 100선'과 운영위원회가 매 학기 선정한 추천도서 목록에서 세 권을 골라 정해진 양식에 맞게 서평을 작성하여 제출한다.

ABCH 213 특강 (Special Topics) ······ (1-0-1)
 본 교과는 교내 각 기관, 학과 및 RC(Residential College)등에서 산발적으로 이루어지는 다양한 강연들 중 그 교육적 가치가 인정되는 것으로 구성된다. 수강생은 학기 제한 없이 강연에 참석할 수 있고, 매 강연 후 제출한 보고서를 담당교수가 평가해 Pass/Fail을 부여하여, Pass를 받은 보고서가 8개 이상이면 1unit을 부여한다.

ABCH 214 지역융합탐방 (Regional Convergence Discovery) ······ (0-2-1)
 본 교과는 포항, 경주 지역의 정치·경제, 역사, 문화, 문학, 예술, 생태환경, 전통과학 등을 키워드로 하여 지역 내 현장경험을 토대로 지역에 대한 융합적 지식을 습득함으로써 포스테키안 자신이 거주하고 있는 지역에 대한 '주체 의식'과 '공동체 의식', 나아가 '시민 의식'을 교양하는 것을 돕는다.

ABCH 215 국토기행 (Domestic Journey) ······ (0-2-1)
 본 교과는 기차를 이용하여 우리나라 곳곳을 여행해보는 프로그램으로, 자신을 성찰해보고 도전정신과 호연지기를 기르며 세상 사람들과 소통하면서 다양한 방면의 시야를 넓힐 수 있다. 나아가 자신이 스스로 여행 주제를 세우고, 계획하고, 실행에 옮김으로써 자기관리 능력을 갖추는 것을 목표로 한다.

ABCH 216 학습기술 (Learning Skills) (1-1-1)

본 교과는 교육학적 이론을 바탕으로 학생들의 학습동기와 목표설정을 돕고, 자신의 학습태도와 습관 점검을 통해 학습효율을 높이고 자기주도적이고 능동적인 학습자가 될 수 있게 한다.

ABCH 217 책 읽기와 삶 (Reading and Life) (1-1-1)

본 교과는 책 읽기와 독서토론, 비평문 쓰기 등의 연계활동을 통해 독서의 중요성을 실제 경험하게 함으로써 독서 습관을 함양하고 성숙한 자아 형성에 기여함을 목표로 한다.

【 문화/예술교양 】

ABCC 201 문화콜로퀴움 (Culture Colloquium) (1-1-1)

본 교과는 다양한 사회, 문화, 예술과 관련한 강연 및 공연 관람을 통해 타 학문에 대한 이해의 폭을 넓히고, 글로벌 리더로서 갖추어야 할 문화적 소양을 갖추는데 도움을 제공한다. 1unit를 부여하며, 2units까지 수강할 수 있다.

ABCC 211 창작활동 (Creative Writing) (0-2-1)

본 교과를 통해 과학소설, 단편소설, 시 등의 창작을 배울 수 있으며, 이러한 창작활동을 통해 창의성을 함양시킨다.

ABCC 221 오케스트라 공연 (Orchestra) (0-3-1)

본 교과는 1년간의 포스텍 오케스트라 수습 단위 기간(1회의 포스텍 오케스트라 공연 참가 포함)을 거친 후 수강 신청을 할 수 있으며, 수강 신청 후 포스텍 오케스트라 정기 공연을 위한 연습 및 공연에 참여한 경우 1unit을 인정받을 수 있다.

ABCC 222 실내악 연주 (Chamber Music) (0-2-1)

본 교과는 공과대학 학생들에게 음악을 접할 수 있는 기회를 제공하고 스스로 연주를 할 수 있는 활동을 제시함으로써 메타르기 쉬운 감성적 능력을 개발하게 하고 감수성을 자극하여 정서적인 안정 및 능력 개발에 도움 주었다. 실내악 연주 연습 및 2회의 공연에 참여한 경우 1unit을 인정받을 수 있다.

ABCC 223 사물놀이 (Samulnori) (0-2-1)

본 교과는 북, 장구, 징, 팽과리 네 가지 민속 타악기를 이용하여 음악을 연주하는 활동으로, 사물놀이 전문가를 초빙하여 악기 연습 및 연주를 진행한다. 신명 나는 타악기 연습 및 연주를 통해 스트레스를 해소하고 정서적 안정을 도모하며 우리만의 멋과 흥을 배우게 한다. 또한 모두가 협력하여 함께 소리를 만들어내야 하는 과정을 통해 협동심과 사회성을 고취시킨다.

ABCC 241 조각 (Sculpture) (0-2-1)

본 교과를 통해 조각에 관한 이론을 배울 수 있으며, 학생들은 직접 작품을 제작하고 전시회를 개최한다.

ABCC 242 판화 (Engraving) (0-2-1)

판화에 대한 개념을 이해하고 실습을 통해 직접 체험해본다. 이를 통해 창의성과 예술성에 대한 감각과 역량을 함양시킨다.

ABCC 251 다큐멘터리 제작 (Documentary) (0-2-1)

본 교과를 통해 다큐멘터리제작에 관한 이론을 배울 수 있으며, 학생들은 직접 영상물을 제작하고 공개 발표를 한다.

ABCC 252 난타 (Nanta) ······ (1-1-1)

악기를 이용하여 소통과 화합의 중요성에 대하여 몸으로 경험하고 느끼도록 하고, 다양한 리듬으로 악기를 연주하며 자신의 생각과 느낌을 창의적으로 표현할 수 있도록 한다. 전통문화에 대한 지식을 쌓으며 우리문화에 대한 자긍심을 갖게 하며 악기 연주를 통해 스트레스 해소 및 심신의 조화로운 발달을 기대한다.

ABCC 253 지휘 (Conducting) ······ (1-1-1)

본 교과는 소통과 협력의 중요성을 음악을 통하여 깨닫게 하는데 목적을 둔다. 이공계 대학생이 경험하기 어려운 지휘를 직접 해 봄으로써 탁월한 설득력과 리더십을 함양한다. 이공계 대학생들에게 음악을 통하여 감성적 능력을 개발하고 예술적 성취감을 제공함으로써 정서적인 안정을 꾀하고 잠재능력을 개발하도록 돕는다.

【스포츠】

▶ 일반과정 스포츠

• 비교적 단시간에 기초기능 습득이 가능한 스포츠 종목 중 인문사회학부 기초필수 체육교과로서 개설이 힘든 종목, 혹은 신생스포츠 종목을 중심으로 개설된다.

ABCC 261 볼링 (Bowling) ······ (0-2-1)

볼링은 즐거움과 건강을 위해 각광을 받고 있는 스포츠이다. 수업은 볼링장에서의 실기수업을 통해 투구동작, 스페어처리 방법 등의 기본기술과 다양한 구질의 공을 익혀서, 개인이 볼링을 즐길 수 있도록 한다.

ABCC 262 윈드서핑 (Windsurfing) ······ (0-2-1)

윈드서핑을 통하여 레이스에 필요한 체력단련과 정신력을 연마하여 생활스포츠로 활용할 수 있는 능력을 길러주고, 윈드서핑의 역사와 기초 기술을 배운다. 수업은 기상여건이 갖추어지는 여름계절학기 기간 중에 4일간의 집중수업을 실시한다.

ABCC 263 암벽등반 (Rock Climbing) ······ (0-2-1)

암벽등반은 모험·도전적 스포츠의 일종으로 등반기술을 이용하여 안전하고 박진감 있게 암벽을 오르는 탐험스포츠이다. 암벽 등반의 중요한 특성 중 하나는 완벽한 사전 준비와 변화무쌍한 지형에 대비하는 판단력이다. 이것은 자연 속에서 언제 일어날지 모를 위험을 스스로 헤쳐 나갈 수 있게 하는 원동력이 된다.

ABCC 264 수상스키 (Water Ski) ······ (0-2-1)

수상스키는 스키(플레이트)를 신고 물 위에 서서 특정한 동력장치에 로프를 연결하여 동력장치에 의해 만들어지는 스피드를 이용, 스키와 물의 저항으로 물 위를 빠른 스피드로 질주하는 수상 스포츠로, 물 위를 걸을 수 있다는 인간의 욕망을 해소시켜 주고 물에 대한 두려움과 속도감을 느낄 수 있는 짜릿함으로 대중들에게 인기가 있는 스포츠이다.

ABCC 265 스노우보드 (Snowboard) ······ (0-2-1)

스노우보드는 광활한 자연에서 즐기는 대표적인 겨울 스포츠이다. 대표적인 전신운동으로서 심폐지구력과 근력, 순발력, 저항력 등을 발달시키는 데 있어 매우 유용하며, 탁 트인 자연에서 호흡할 수 있다는 점에서 학생들에게 매우 유익한 운동이다.

ABCC 266 에어로빅 댄스 (Aerobics Dance) ······ (0-2-1)

에어로빅 댄스를 통해서 안전하고 효과적인 신체조절을 할 수 있는 프로그램으로 다양한 동작들을 혼합한 운동의 형태로써 심폐기능에 효과적이다. 에어로빅 댄스를 통해 운동을 더 재미있고 즐겁게 접할 수 있으며 체력 향상 및 생활의 질을 향상시킬 수 있다.

ABCC 267 코어 트레이닝 (Core Training) ······ (0-2-1)

코어 트레이닝은 좁은 공간에서 기구 없이 손쉽게 할 수 있는 운동으로 근력, 근지구력, 심폐체력, 유연성, 민첩성 등 신체를 균형 있게 발달시켜 올바른 자세를 유지하여 심신의 건강을 가져 올 수 있는 운동이다.

포스텍 학생들의 체력은 동일연령대 대학생들에 비해 낮은 편으로 이 코어 트레이닝을 함으로써 필요한 기초체력과 다양한 움직임 습득을 통하여 건강유지와 삶의 질을 높일 수 있으며 생활 속에서 적당한 운동을 할 수 있는 기회를 가짐으로 체력 감소를 최소화할 수 있으며 더 나아가 학생 스스로 자신의 건강과 체력을 증진 시킬 수 있는 기회를 제공한다.

ABCC 268 모던댄스 (Modern Dance) ······ (0-2-1)

모던 댄스를 통해서 안전하고 효과적인 신체조절을 할 수 있는 프로그램으로 다양한 동작들을 혼합한 유산소 운동의 형태로써 다른 종목으로 심폐기능에 효과적이다. 모던 댄스를 통해 유산소 운동을 더 재미있고 즐겁게 접할 수 있으며 체력 향상 및 생활의 질을 향상을 시킬 수 있다.

ABCC 269 호신술 (Self Defence Technique) ······ (0-2-1)

호신술은 적극적으로 상대방에게 해를 가함으로써 호신하는 기술이 아니고, 상대방의 공격을 미연에 봉쇄하고 제어하는 수세의 기술이다. 일반적으로 몸 가까이 있는 기물을 호신도구로 활용한다거나, 유도·합기도·권법 등에서 펼치는 던지기·누르기·조르기·관절꺾기·지르기·차기·때리기 등의 맨손 기술을 살려 공격을 제어하는 것으로 자신의 신체를 안전하게 방어하고 체력 및 삶의 질을 향상시킬 수 있다.

▶ 중급 및 심화과정스포츠

• 인문사회학부 기초필수 체육교과에서 진행되는 종목을 기본으로 하고, 본 교과에서는 이들 종목 중에서 보다 심화된 중급 및 고급 과정으로 개설됨. 기본과목을 수강하지 않은 경우에는 담당교수의 승인 하에 심화과정 스포츠 종목 수강 가능하다.

ABCC 271 스키(중급) (Intermediate Ski) ······ (0-2-1)

스키는 대표적인 전신 운동으로서 심폐지구력과 근력과 순발력, 저항력 등을 발달시키는 데 있어 매우 유용하며, 탁 트인 자연에서 호흡할 수 있다는 점에서 학생들에서 매우 유익한 운동이며 겨울의 낭만과 겨울의 스포츠의 대담성과 및 체력을 단련시키고 안전에 대한 지식을 습득함과 동시에 사회성을 기른다.

ABCC 281 탁구(고급) (Advanced Table Tennis) ······ (0-2-1)

탁구는 남녀노소 구별 없이 누구나 즐길 수 있는 대중적 레크리에이션으로 가장 적합한 운동으로, 위험성이 적고 계절에 상관 없이 실시할 수 있으며, 운동량도 많고 규칙 또한 다른 운동 보다 간단하고, 기술도 수련하기 쉬워 매우 가치 있는 스포츠이다.

ABCC 282 볼링(고급) (Advanced Bowling) ······ (0-2-1)

볼링은 실기수업을 투구 자세와 투구 요령, 이론상의 차이를 경험하게 되며 스코어를 바로 계산할 수 있게끔 가르치며 동료 상호간에 볼링 경기를 통하여 동료애와 스포츠맨십을 갖게 되어 지도자적 자질을 갖게끔 한다.

ABCC 283 배드민턴(고급) (Advanced Badminton) (0-2-1)

빠르고 민첩한 동작이 요구되는 배드민턴은 비교적 단시간에 기능숙달을 이룰 수 있는 스포츠로서, 실제 경기진행 방법 등을 익혀서 게임을 즐길 수 있는 수준까지 도달토록 한다.

ABCC 284 테니스(고급) (Advanced Tennis) (0-2-1)

테니스의 기본동작(그립, 스텝, 백스윙, 포워드 스윙, 팔로우 스윙)과 스트로크(포핸드, 백핸드), 서브 등의 기본기술을 습득하게 하고, 개인의 능력에 맞게 그라운드 스트로크를 할 수 있도록 한다. 또한 룰과 게임, 관전시의 매너 등을 익히게 하여 생애 스포츠로서 즐길 수 있는 기초를 제공한다.

ABCC 285 수영(고급) (Advanced Swimming) (0-2-1)

수영은 수중에서 이루어지는 운동이며 신체를 고르게 발달시켜 주는 전신운동으로서 걷기, 달리기, 뛰기 등과 같이 인간의 기본적인 신체활동의 하나이다. 그리고 수중에서 움직이기 때문에 유아, 노인층에서도 쉽게 익힐 수 있어 남녀노소 누구나 참여할 수 있다.

ABCC 286 검도(고급) (Advanced Kumdo) (0-2-1)

검도의 기초적 기능에 관한 실기수업을 통해서 심신의 단련과 기능의 향상을 꾀하고, 전통무술로서의 心法, 刀法, 身法 등의 기능적 원리에 관한 지식을 높여 생애체육과 연계될 수 있도록 한다.

ABCC 287 댄스(고급) (Advanced Dance) (0-2-1)

댄스는 서구의 상류사회에서 건전한 사교활동으로 각광받고, 예술성이 풍부한 실내 스포츠인 댄스를 통하여 체력 증진과 동시에 세계화 시대에 적응할 수 있는 능력을 길러주고, 춤을 쉽게 이해하고 익힐 수 있도록 한다.

ABCC 288 골프(고급) (Advanced Golf) (0-2-1)

골프는 인간과 자연이 함께 하는 스포츠로 주어진 힘의 효율적 전달로 최대의 파워를 얻을 수 있는 스윙과 원하는 목표에 볼을 보낼 수 있는 정확성을 겸비해야 하며, 역학, 생리, 심리적 요인이 동시에 요구되는 스포츠이다.

ABCC 289 라켓볼(고급) (Advanced Racket Ball) (0-2-1)

라켓볼은 민첩성, 순발력, 유연성, 지구력 등 인간의 기본운동 패턴을 내포하고 있으며, 6면을 이용하여 빠르게 진행되므로 단력을 향상시켜주는 스포츠이다. 수업은 포핸드, 백핸드 등의 기본기술과 더불어 게임진행 등을 위주로 진행된다.

ABCC 290 체력관리(고급) (Advanced Physical Fitness) (0-2-1)

학생들의 체력 수준을 평가하여 학생 개개인의 체력 수준에 맞는 16주 운동처방 프로그램을 실시하여 체력 및 건강증진을 추구하고자 하는 과목이다. 본 수업을 통해 학생들은 개인의 체력을 향상시킬 수 있을 뿐 만 아니라 운동을 통해 체력 및 건강을 증진시키는 과학적인 방법을 습득하게 된다.

ABCC 291 스키(고급) (Advanced Ski) (0-2-1)

교과는 동계 스포츠인 스키의 상급 기술(패러렐톤턴, 숏턴, 카빙)을 익혀 겨울의 낭만과 겨울 스포츠의 대담성을 교육하고 체력을 단련시키고 안전에 대한 지식을 습득함과 동시에 사회성을 기른다. 수업은 기상여건이 갖추어지는 겨울계절학기 기간에 4일간 스키장에 가서 집중수업을 실시한다.

ABCC 292 농구(고급) (Advanced Basketball) ······ (0-2-1)

농구를 통해서 필요한 기초체력과 다양한 움직임 습득을 통하여 건강유지와 삶의 질을 높일 수 있으며 생활 속에서 적당한 운동을 할 수 있는 기회를 가짐으로 체력감소를 최소화할 수 있고 더 나아가 학생 스스로 자신의 건강과 체력을 증진 시킬 수 있는 기회를 제공한다.

【리더십 계발】

ABCL 210 자원봉사 (Volunteer Service) ······ (0-2-1)

학습자 스스로 자원봉사기관을 선택하고, 자원봉사 계획을 수립하여 나눔을 실천함으로써 더불어 사는 사회 공동체의 주체로 역할을 다하고 봉사자 자신과 학교, 지역 사회에 대한 이해의 폭을 넓혀 미래 글로벌 리더로서 수반되는 사회적 요구와 책임감을 고취할 수 있도록 돕는다. 1unit를 부여하며, 2units까지 수강할 수 있다.

ABCL 213 리더십계발단체교육 (Group Activity) ······ (0-4-2)

하계 방학 중 공군사관학교 또는 해군사관학교에서 일주일간 진행되는 집중 단체 교육이다. 교과를 통해 재학생들은 공군사관학교 또는 해군사관학교에서 운영되는 병영체험프로그램에 참여함으로써 건전한 가치관을 함양하고, 팀워크와 리더십 역량을 고취하는 기회를 갖는다.

ABCL 214 진로탐색 (Exploring Careers) ······ (0-2-1)

학생 개인의 합리적인 진로 계획 및 진로 성취를 돕기 위한 실질적인 교육과 훈련이 제공된다. 적성검사, 진로 로드맵 작성, 이력서/자기소개서 작성 및 첨삭 교육, 다양한 진로 분야에 대한 특강 등 다양한 교육 프로그램으로 진행된다.

ABCL 215 인간관계와 리더십 (Human Relations and Leadership) ······ (0-2-1)

본 교과를 통해 인간 특성과 성향의 다양성 및 인간관계에 대해 올바르게 이해하고, 상황(친구, 이성, 가족, lab, 조직 등)에 맞는 합리적인 해석과 언행을 할 수 있게 됨으로써 개인의 리더십 역량을 함양할 수 있다. 이를 위하여 수업시간마다 다른 Topic 제공, 상황에 따른 역동분석, 구체적인 장면실습, 역할훈련, 그룹활동, 현장실습이 진행되며, 수강 학생 개인별로 대인관계와 관련된 개별상담, 상황별 개인 대처능력 코치와 feedback이 주어진다.

ABCL 216 자치단체활동 리더십 (Executive Leadership) ······ (0-2-1)

총학생회 간부 등 학생자치단체 활동을 열심히 한 학생들에게 ‘실천교양교육과정 운영위원회’의 심의를 거쳐 1 unit을 부여할 수 있다.

ABCL 217 인턴십 (Internship) ······ (0-4-1)

본 교과는 기업체 인턴 활동을 통하여 실무 경험을 쌓음으로써 학생들의 진로 결정을 돕고자 한다. 또한 조직사회 체험을 통해 의사소통능력, 감정조절능력, 팀워크, 시간관리 능력 등과 같은 다양한 리더십 역량을 증진시키도록 격려한다.

ABCL 218 나의 리더십 스타일 (My Leadership Style) ······ (1-1-1)

본 교과는 학생들이 자신의 리더십 유형을 스스로 객관적으로 분석하여 자신의 수준을 알게 하고, 자신에게 필요한 리더십 역량을 실질적이고 경험적으로 향상시킬 수 있도록 다양한 프로그램을 제공한다.

ABCL 219 멘토십 프로그램 (Mentorship Program) ······ (0-2-1)

본 교과는 재학생들이 졸업 후 다양한 분야에 종사하고 있는 선배들과 대면 멘토링을 진행하여, 자신의 비전, 진로, 사회생활, 자기관리 등 다양한 문제들을 능동적으로 탐색하고, 해결하는데 도움을 주고자 운영된다. 본 프로그램을 통하여 포스텍 선배간의 인적 네트워크 확대로 동문간의 결속력을 높이고, 재학생들이 보다 넓은 관점으로 자신의 문제를 검증하고 능동적으로 해결하는 기회를 제공한다.

ABCL 220 응급처치 및 안전관리 (First Aid and Emergency Management) ······ (1-1-1)

본 교과는 수강생들이 위기상황에서 타인을 배려하고 위기를 관리하는 능력을 기를 수 있도록 심폐소생술, 재세동술, 기초처치교육을 실시한다. 교과과정을 통해 수강생들은 경부적십자사의 응급처치법 및 심폐소생술 일반과정을 수료하고, 사고상황을 현명하게 대처하고, 타인의 생명을 구하는 등 리더십을 발휘할 수 있다.

ABCL 221 팀워크 리더십 액티비티 (Teamwork Leadership Activity) ······ (1-1-1)

본 교과는 팀워크에 대한 지식과 다양한 팀 활동을 통하여 개발함으로써 자신이 속한 팀과 조직에서 우수한 역량을 발휘할 수 있도록 하는데 교육의 목적을 둔다. 본 교육을 통해 조직 속에서의 필요로 하는 리더십과 팔로워십을 함께 이해하고 의사소통 능력을 증진시킬 수 있는 실용적인 교육을 제공하고자 한다.

ABCL 222 신입생세미나 (Freshman Seminar) ······ (0-2-1)

본 교과는 '대학생활과 미래설계'의 연계 교과로서, 담당교수 1명과 10명 내외의 학생들이 분반 별로 구성되어 학문에 대한 호기심과 지적 욕구를 불러일으킬만한 주제에 대해 심도 있는 토론을 하면서 지식을 확장해 가는 세미나 형태의 교과이다. 담당교수는 학과의 특성을 반영하여 세미나 주제를 정하고, 학생은 해당주제를 통해 분반교수와 긴밀한 상호작용을 경험함으로써 학문 탐구의 태도와 열정을 배울 수 있으며, 나아가 학교 및 학과에 대한 자긍심과 소속감을 높일 수 있다.